

# 《思维导图》

## 图书基本信息

书名：《思维导图》

13位ISBN编号：9787122222160

出版时间：2015-1-1

作者：[英] 东尼·博赞,[英] 巴利·博赞

页数：264

译者：卜煜婷

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《思维导图》

## 内容概要

适读人群：学习、生活、工作中需要提升大脑思维能力、记忆力的读者。

东尼·博赞“思维导图”系列图书，已被译成35种语言，风靡200多个国家，总销量突破1000万册！

“思维导图”这一21世纪全球革命性的思维工具，正被越来越多的人接受、学习、掌握和使用。目前，新加坡已将思维导图全面引进全国的中小学教育中；剑桥大学、牛津大学、哈佛大学、斯坦福大学等世界名校特聘东尼·博赞为客座教授，讲授思维导图的实际应用；微软、IBM、甲骨文、迪士尼、通用汽车、强生、3M、摩根大通、汇丰、高盛、伦敦警察厅等，正在使用东尼·博赞的学习方法，并将思维导图加入到员工的培训之中。

全球几乎所有发达国家、大型组织、跨国集团、知名院校，都在教授和使用思维导图，以这一工具来训练人们的高级思维方式，开发拓展大脑无穷潜力，提升个人、组织甚至整个社会的效率！

本次全新修订东尼·博赞最经典、最核心的五本“思维导图”系列。系列采用全彩色、精装，加入全新修订内容，包括：特别由东尼·博赞本人更新了为国际培训课程全新研发和改进的一系列实用训练实例、众多从未披露的精美思维导图、写给中国读者的亲笔信等，全新改版，重装上市。经典中的经典，非常适合收藏及赠送友人。

东尼·博赞“思维导图”系列包括：

《思维导图》《启动大脑》《超级记忆》《快速阅读》《博赞学习技巧》

内容简介

《思维导图（全彩精装典藏版）》是一本在全世界销量高达千万册的畅销图书。书中的思维导图方法结合了心理学、大脑神经生理学、语义学、神经语言学、信息理论、记忆和助记法、感知理论、创造性思维等科学，将发散性思维与开拓性笔记技巧结合在一起，被人们称为“大脑瑞士军刀”。思维导图一经出现，即在全球教育界和商界刮起了一场风暴。目前全世界已有超过3亿人在使用它，并从中受益。

《思维导图（全彩精装典藏版）》提供了大量实用练习、颇具启发性的图片，以及演示这种技巧的原创性思维导图。作为全新典藏版，并特别由东尼·博赞本人更新了为国际培训课程全新研发和改进的一系列实用训练实例。

## 作者简介

东尼·博赞（Tony Buzan）

- 1942年出生于伦敦，1964年毕业于英属哥伦比亚大学，获心理学、英语语言学、数学和普通科学等学位。
- 大脑和学习方面的世界超级作家，已出版100多部专著及合著，“思维导图”系列图书已被翻译成35种语言，风靡200多个国家，销量突破1000万册。
- 全球的公众媒体人物，在英国和国际电视台出现的累计时间超过1000个小时。拥有超过3亿的观众和听众。
- 1991年，与雷蒙德·基恩共同创立世界记忆锦标赛。
- 世界脑力奥林匹克运动创始人，被称为“世界大脑先生”。

## 书籍目录

- 序言
- 引言
- 第一部分 人脑的无限能量和潜力
  - 第1章 神奇的大脑
  - 第2章 制作笔记和记笔记
  - 第3章 发散性思维
- 第二部分 欢迎进入思维导图世界
  - 第4章 思维导图定义
  - 第5章 使用词汇
  - 第6章 使用图像
  - 第7章 图像和词汇的结合
  - 第8章 思维导图操作手册
  - 第9章 思维导图艺术
- 第三部分 思维导图的基本应用
  - 第10章 用于记忆
  - 第11章 用于创造性思维
  - 第12章 用于决策
  - 第13章 用于组织他人观点（记笔记）
- 第四部分 思维导图在学习、生活和工作领域的高级应用
  - 第14章 用于自我分析
  - 第15章 用于写日记
  - 第16章 用于提高学习技巧
  - 第17章 用于会议
  - 第18章 用于演讲
  - 第19章 用于经营管理
- 第五部分 思维导图与未来
  - 第20章 计算机思维导图
  - 第21章 未来是发散性的
- 附录 国际思维节

## 精彩短评

- 1、有点用
- 2、抻得太长，读到后头就没了兴趣。  
作者难免有自夸的地方，得理性客观的看待书里的一些观点。取其精华，有些方法和思维确实让人眼前一亮。
- 3、开篇讲大脑神经的很对我胃口啊~~“未来，是发散性的。”
- 4、有助于思维混乱，易跑题的人使用。
- 5、因为不是第一本，有些内容已经看过，所以觉得干货不多。可对于应用部分又没完全弄明白，想寻求好的途径进行学习和训练。因为是大师经典，理论根基，还是要看。
- 6、感觉进入了新世界，不过这本还是偏理论可以结合其他书一起阅读，效果会更好
- 7、大师的导图艺术气息实在是太弄了 相比之下我这个就是涂鸦。。。另外后三分之一就是iMindMap广告
- 8、感觉只有第八章值得仔细读读，其他的走马观花即可。
- 9、思维导图软件，首推Xmind
- 10、实践起来还是挺难的
- 11、一个小时就翻完的书，干货只有一丢丢
- 12、很实用，让学习更高效
- 13、just so so，感觉就像是一本推销的书，干货太少，就说了思维导图的一些原则、应用，没有深入的分析。
- 14、意义不大
- 15、在图书馆翻的，和之前那本一样，确实干货很少...这本书大部分篇幅都在讲它的好处和在各种生活中的各种应用，最后安利了作者的软件。看完能知道有这么个工具。怎么画不难，关键是怎么想（想象和联系），我觉得最核心的就是怎么建立层次和关联、提取关键词，也就是书里说的“确定基本分类概念”，然而这部分不是能从这本书里学到的。思维导图确实是个不错的思维工具之一，至于让他有效运用于生活各方面还是得靠自己去反复实践吧( :「 )\_接下来学习怎么思考吧~
- 16、这类书不能光看，自己实践才能出真理。光看完就说好不好，纯属纸上谈兵。反正这本书对我看书做总结笔记很有用，我觉得它没有浪费我的阅读时间，顺着它的思路，觉得像历史这类时间轴发展的事件，可以画个鱼骨类的图表，百度一下又拓展了新的知识领域，原来鱼骨图早就有了，只是运用方向不一样。
- 17、过年送给上初一的堂弟堂妹各一本，顺便看了一下。用这个方法来做读书笔记试试，在实践中总结。
- 18、方法论需要结合实践，这本书可以跳读，根据目录，找到你目前用思维导图的目的，直接跳过去看即可
- 19、是我个人的问题，还是什么？完全GET不到作者的点，换成短篇的个人思维指南就能全部概括了吧。
- 20、书很厚，干货很少
- 21、大致了解了下思维导图
- 22、MindMap就是释放并捕捉大脑灵感的工具，至于是不是最佳的方式不得而知，前两部分值得精读，后面则是详细的使用说明书，略显多余。
- 23、好像很有用很神奇的样子，看完以后试试平时多画思维导图，尤其是看书以后一种作笔记的方式。
- 24、可能结合实践操练会好一点吧
- 25、不太喜欢这种明明只需要几页就能讲清但作者非要将它拓展成两百多页的书。另外，作者实在太过夸大思维导图的实际作用。目前还没有实际感受到思维导图的好处，但既然那么多人推崇它，我还会继续尝试使用一段时间。三星完全是因为这种方法，建议不要买书，看一篇网络上介绍思维导图的使用方法的文章足以。
- 26、如果非要说从这本书里学到了什么的话，大概就是里面的图形化脑图最为受益了，尝试了几天，虽然有点麻烦，但是也不失为加深记忆和创意的好办法。

## 《思维导图》

- 27、这是思维导图之父托尼博赞的书，内容比较简单，适合思维导图入门者。
- 28、20170126 厦门 工具书
- 29、确定中心，发散思维，颜色图片
- 30、现在而言，用途不大
- 31、我觉得这类书本质上是工具性的，跟《故事》一样，如果没有操作过去看，其实意义不大，只是开启一下这个方法，但是操过中遇到问题再看的话，反而会觉得有不小的启发。不过总的来说，这本书让我觉得纸质书的衰落并非没有原因，三分之一本可以讲清楚的事情，讲了三倍，读者还得自己进行大量筛选和判断，读起来体验不是很好。
- 32、可抽取特别有用的部分融入自己已有的知识体系中；更偏爱朴实无华的包装 没有浓重商业化的书，此书有距离 虽然编排极其用心
- 33、感觉是在推销他的书和软件。公正点讲思维导图确实是个好工具，只是没有那么大的覆盖面和普适性。
- 34、这本书主要讲了思维导图的绘制方法和基本技巧，还有思维导图在学习、生活和工作领域中的应用。  
这本书给我的最大感受就是:书的外观很漂亮，图片都是彩色的，纸质的手感也非常好。  
这本书对我帮助最大的地方在于让我认识到了各种概念的层次和分类。我开始会将自己接触到的概念进行分类。
- 35、一直有用思维导图，读起来比较容易，就像野路子出生走了理论框架。讲的发散性思维，很适合培养学龄前儿童的大脑智力的开发。对于学生，成年人的学习工作都很有用处。特别是考证看书，一些法律法规罚款什么的难记，就可以用思维导图作为记忆工具
- 36、这是一本读完也不知道讲了什么的书。。。
- 37、思维导图的用处很多：写读书笔记、讲座记录、会议记录、写文章、做演讲、日程安排等等。做的过程中多用彩色笔、图形、数字等等去写和画。
- 38、3页能说清楚的内容 思维发散到了100页
- 39、介绍了思维导图的来源及基本用法，整体比较简单，花费半天即可读完，感觉不必买实体书
- 40、私奔图书漂流岛！
- 41、思维导图...  
前半：方法...  
后半：作用...  
运用...  
记忆力和创造力...  
对应现在对过去、现在对未来...
- 42、Divergent Thinking
- 43、一直对思维导图比较有好感，在学习和工作方面确实可以帮助理清思路加深记忆。本来想通过本书的阅读检查一下自己以前制作的思维导图是否有不规范或者可以提高的地方，现在看来，真是白看了。读到全书1/3的地方都不明白作者说这些和思维导图有什么关系.....到1/2的时候，已经可以确信完全没关系了。整本书有些过于夸大思维导图的作用，生拉硬拽的吹嘘看的我尴尬症都犯了。最不能忍的是译者在翻译的时候连英文和中文的语序都没考虑好，虽然文字翻成了中文，但写作手法和逻辑关系依旧维持英文顺序，有些地方读起来真是让人堵的慌...
- 44、非常简单内容
- 45、应该有用，需要慢慢消化。书真是废话太多。
- 46、精装版的书抵不过冗长空洞的内容。
- 47、个人感觉有别于记忆法来说，思维导图的最主要的作用，在于帮助人们能够理清思路、整理框架，有一个总体的认识，有利于思维的发散。对于思维导图，认为作用还是挺大的；但对于这本书的内容来说，实在感觉一般般，强迫着自己把它啃完。。。一般这类的书籍也差不多这样，不过了解一下思维导图还是推荐看看的。
- 48、基本技能~学起来吧~~
- 49、感觉没讲什么内容

## 《思维导图》

50、没有坚持好好读完，但是思维导图，是一种很好的工具



1、近日，世界脑力奥林匹克运动会创始人、“世界大脑先生”东尼·博赞全球畅销不衰的“思维导图”系列图书由化学工业出版社全新出版。该系列包括《思维导图》《超级记忆》《启动大脑》《快速阅读》和《博赞学习技巧》5本经典著作，是国内首次出版的全彩精装典藏版。全彩的呈现方式，使得原本色彩绚丽的思维导图保持了原汁原味，内容更是进行了一次全新修订，并更新了东尼·博赞为国际培训课程所最新研发和改进的一系列实用训练实例。人类的大脑，只有6%-10%被利用，而剩余未被利用的绝大部分，被称作“上帝的禁区”。在人类探索外空宇宙的同时，人类也在试图进入这片“禁区”。其中，东尼·博赞无疑是走在前列的人。20世纪60年代，东尼为人类贡献出第一幅思维导图（Mind Map）。从那以后，自1970年到1990年，东尼开始出现在世界各地，为政府、企业、大学以及中小学讲授思维导图。1995年，东尼出版了首版《思维导图》。《泰晤士报》对此评论说：“东尼·博赞让人类重新认识大脑，如同斯蒂芬·霍金让人类重新认识了宇宙。”如今，东尼·博赞已是大脑和学习方面的世界超级作家，已出版100多部专著及合著，其中“思维导图”系列图书迄今为止已被翻译成35种语言，风靡200多个国家，销量突破1000万册；世界著名跨国公司和机构，如通用汽车、迪士尼、强生、微软、汇丰银行、IBM、波音公司、大英百科全书等都在使用它培训员工；东尼·博赞先生创办的世界记忆力锦标赛、世界快速阅读锦标赛、思维奥林匹克运动会每年在全球举办，参赛人数超过数百万；全球受思维导图影响的人数超过3亿，思维导图这一21世纪的革命性思维工具，正在广泛应用在人们的工作、生活、学习的各个方面……另悉，为配合这次全彩精装典藏版的出版，东尼·博赞先生在2014年12月中下旬开展一次中国之旅，在北京、天津等多地举办讲座，为中国的爱好思维导图的读者提供了一场“最强大脑”的思想盛宴。

2、评分等级：7分/10分评分理由：第二遍刷这本书，一般给7分的书是不会再次观看，本书内容绝对是很好的，称思维导图为生产力工具也不为过，内容排布也很合理，全彩书页很有观赏性，但核心要点没有更加深入，三分之二内容讲解优点和影响，具体如何操作，没有详细表述。翻译的语言不够精准，只能作为科普书籍，不能上升为像《关键对话》一样的工具实用书，因此就书而言，成绩差强人意。一思维导图对我们有什么用？个人方面1读书笔记（思维导图阅读方法为从右上角开始，顺时针阅读到左上角结束）（tip:点击图片可以放大）正如龔鼠姐在微信里说过，读的书再多也没用，因为内容仅仅是看过了，犹如仅仅是造了一堵墙，唯有产生心灵共鸣和了解作者的逻辑，吸收进自己的价值体系才有效用，好比没有人愿意花钱买一堵墙，但是愿意花钱买一房子。思维导图就是能够帮助我造出有窗有门的工具之一。2培训笔记由于它是模仿人脑的神经元，因此最大的优点就是拥有无限发散性和添加能力，和一般线性笔记和表格而言，更容易修改和添加。要知道学校里教导我们的线性笔记最大的缺点就是扼杀创造力，同时还有费时，不易修改等缺陷。当然由于线性笔记最符合封闭逻辑思维，最为普遍和普及。3考试复习。曾今高中老师曾上课说过，考试时复习，如同要有森林的视角，不要仔细关注一颗树的知识。当时我不甚理解，当使用了思维导图之后我才真正明白了这个道理。方法比苦干更重要。这让我想起了一个真实故事，医院去打针，年轻护士为了戴上橡胶手套费了很多时间，这时旁边一位老护士，仅仅对新手套吹了口气，几秒钟就戴手上了。学会了好的方法，真能事半功倍。4背英语（新概念 THE DEAD RETURN）采用了许多图片，当然只有我自己看的懂。4写文章。上面就是我为写这篇文章画的思维导图（当然画了两次，第一次因为没分好类）一旦使用思维导图画出文章结构，我会发现才思涌现，根本停不下来，不会遇到采用原始提纲模式江郎才尽的地步。工作方面1作决策思维导图具有发散性，因此公司培训时有个故事很有意思。公司电梯每每上下班很拥堵，怎么办？线性思维回答很简单，多开几部电梯喽，在用思维导图头脑风暴后，发现其实问题的本质是人们等电梯心里的焦虑感，而人们在电梯前更多的会照自己的衣冠，所以最后决策加装镜子。如此一来抱怨就少了。当然我们公司用的是每层安装电视机，异曲同工。但是正如书中讲的思维导图本身不能替你做出决定，它只是将选择大餐全部呈现给你，在这里，你可以作出最恰当的决定。2演讲还记得初中第一次演讲，腿和手抖的那个厉害，话筒都要被我抖飞了，中途还忘词，停顿了两三秒，就这两三秒只感觉万籁俱静，只听见电流次次声和自己扑通扑通的心跳声。虽然机智地跳过一大段，勉强完成，结果不言而喻。如果当时有思维导图就好了，心中有图，自然无惧（ma）。关于演讲，TED上一个方法也不错，宫殿记忆法，想象每段内容在自己家里的每个熟悉的房间里，想象自己走进门——讲开头，走进客厅——讲第一个演讲故事，走进厨房——讲第二个演讲故事，走进卧室——结尾。3会议，管理，等等二如何画思维导图1纸笔纸必须要横放。A4纸为例，横放空间更大，有利于思维



## 《思维导图》

的发散。另外思维导图首先就是在纸的正中间画一个圆里面为主题词。笔颜色要丰富。尽可能超出3种颜色。因为色彩越鲜艳，人脑记忆越好。因此我发现连大学课本有些都是彩页的。2画图顺序。和阅读方法一样为从右上角开始，顺时针到左上角结束。回顾古代文字都是从右到左，其实这便于记忆。3画分支。先画第一层分支。比如这篇文章的思维导图，我先从右上角写为何画思维导图，右下写如何画，左下写要点，左上写计算机。作为第一层分支，需要画粗些，如同大树的主干是粗的。再画第二层分支，比如为何下又分为有两个方面个人和工作。然后继续分。当然你也可以直接就一个分支画到底，不需要画完第一层才开始第二层。思维导图的优点就在于可以不断添加，突然想到了什么，继续添加就好。多个分支如同大锅饭多双筷子而已，随时可以砍掉分支或者添加分支。三思维导图绘制要点1 图像。既然称为思维导图，再怎么强调其重要性都不为过。中央要用图像，支线要用图像，整个思维导图都要多用图像。因为图像能够帮助我们触发无数联想，加强记忆。这就是为什么孩子甚至成年人喜欢看漫画的原因。看书一小时眼睛会累，而我们每天睁开眼到晚上闭上眼，看到的图像有成千上万个，眼睛难道罢工了吗？另外不要怕画的不好，书中告诉我们不需要特别去提高画画水平，看看我下面这张思维导图，没有比我画的更差的了吧，有效就好。2关键词有些东西我们无法用图片表达，那么就要使用关键词。关键词需要简短。书中有句话很好但要翻译成英文才能明白他的精髓。尽量少用phrase（词组）多用word（单词）。书中有一个例子，有人用思维导图写日记，在分支上用词组，“一个非常不开心的下午”。这样写是有害的。正如书上强调的更为简洁的字，能示范出一种自由，使每个词可以自成一体向外发散。如果改成第一层下午，第二层不开心，第三层非常。我们会发现。那可以在第一层添加上午，中午，晚上。并且发现这一天也许上午很开心呢，晚上还可能要约会呢。一下在思路就活了，发散开来了。心情也好了。3线条除了线条的粗细要有变化之外，还需要用曲线。粗细变化的曲线能提醒自己内容的重要性，有助于后续回忆。另外线条间隔合理，如同插花般的美感。当然人记忆最深的除了美的东西，还有夸张恐怖的东西。有时画的难忘点也是记忆的好办法。比如上面的骷颅头，很深刻且符合课文的主题 THE DEAD RETURN（亡灵归来）。4计算机Mindjet MindManager Pro 6思维导图的软件也是很好的如果你不会画图如果你内容太多，画出纸张如果你线条间隔控制不好如果你嫌换颜色笔麻烦。那么思维导图软件就能解决这些问题，这篇文字的思维导图也是这软件画的，当然还有更先进的版本，我这版是公司培训时老师免费分享的基础款，后期需要汉化一下，也比较方便。还等什么，种一颗树最好的时间是25年前，其次是现在。马上动手开始属于你自己的思维导图吧。如果觉得对您有一丝帮助，请长按二维码关注微信号：当下的波波君（当下的波啾君）

## 章节试读

### 1、《思维导图》的笔记-第7页

如果我们把自己说成是“左脑人”或“右脑人”，那是在限制自己开发新策略的能力。

### 2、《思维导图》的笔记-第103页

### 3、《思维导图》的笔记-第10页

### 4、《思维导图》的笔记-第117页

### 5、《思维导图》的笔记-第35页

### 6、《思维导图》的笔记-第122页

### 7、《思维导图》的笔记-第21页

### 8、《思维导图》的笔记-第133页

### 9、《思维导图》的笔记-第80页

### 10、《思维导图》的笔记-引言

### 11、《思维导图》的笔记-第162页

### 12、《思维导图》的笔记-第64页

13、《思维导图》的笔记-第9页

14、《思维导图》的笔记-第115页

15、《思维导图》的笔记-第62页

3A

16、《思维导图》的笔记-第10页

17、《思维导图》的笔记-第124页

18、《思维导图》的笔记-第27页

越以整合、发散性和有组织的方式学习和收集数据，就越容易学习到更多

19、《思维导图》的笔记-第76页

# 《思维导图》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)